









మ ద్య వి పే థ  
చటది క్కా\_రం

[illegible]



ప్రతి స్త్రీ : భక్తి విశేషముతో  
 250/- కు కాటం చేయు  
 150/- కు కాటం చేయు. మొగ్గు  
 చూపిన దరికాదు చేయండి.  
 Indian Dominion Airways Ltd  
 13, Madan Street, Calcutta-13

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

అవసరమైతే వివరములను  
యంగ్లేషభాషాలో

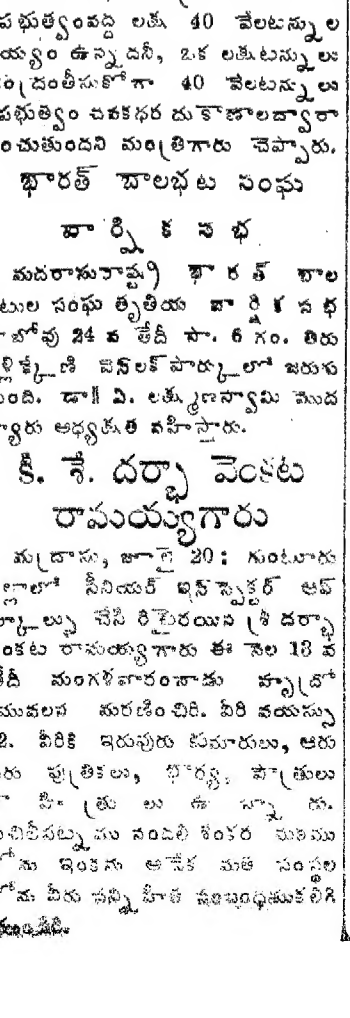
మేనేజరు, అంధ్రప్రదేశ్.

చిహ్నము

శ్రీకృష్ణ

న స్తుతి

గారు శుద్ధ బోధన గూర్చి

[illegible]

వ్యాపార వేల వివరములను  
యంగ్లీషువారి  
మేనేజరు, ఆంధ్రపత్రిక.

**చిహ్నము**

**శ్రీకృష్ణ**

**న స్తుతి** పూర్వము  
గార్లు పుట్టి చేసిన నూనె

అది విత్తు, అదియే పేరును.  
అందును కలెక్షను మేరకయిదు.

**నినబాది**  
**ప్రశస్తి** **విమర్శ**  
అందును

**కంపన విమర్శ**

మద్రాసు.



విమర్శకుల, పుష్పచరిత్రతో తరమైన శరీరచార్య

అయి - కామరే  
సింపర్ ప్రాఫ్ నో  
ప్రభుత్వం నుండి మైన్డ్ కార్డు  
కేంద్రం

శర్మ వేళ్ళలో కాల్క్రీట్ స్నేహితుడు  
గాగన మంత్రాబిరమం. అది శర్మ  
బావినెంట్ కలిగి, స్వీటర్లు, డ్రాంగు  
లానికేట్లు, అట్టడి విగ్గి  
మాయించేస్తాంది. ప్రతి స్త్రీ బాంబు  
ప్రకాశవంతమైన, అలాగ్గి కరెన్  
లార్యులవలెనే తన బాంబులెక్కి

కాశ్మీరి స్నాన  
నేషనల్ ప్రెడింగ్ కంపెనీ బొంబాయి, మద్రాసు.

శివదేవదాసు  
కన్నులపండగ!

**వినుల విందు!**  
**కొత్తది**  
**జి.ఇ.డ్రై, బ్యాటరీ రేడియో**  
మోడల్ డిజైన్లు బి-53

రకం, పాలిష్ చేయబడిన కొయ్య కేబినెట్, పెద్దగా  
పచ్చే వాల్పాపం. జి 3 ప్రత్యేకమైన ఆకర్షణలతో  
వాల్పాలు, అన్ని వేసలు, 3 బ్యాండ్లు గల ఈ డ్రై  
బర్ రేడియో శ్రేష్ఠమైనది. రు. 375/- లు.

**అతితక్కువ ధర!**

జి.పి. బ్యూటల్స్:

జుర్రేపనర జనరల్ ఎలక్ట్రిక్ కంపెనీ (ఇండియా) లిమిటెడ్

198, హౌస్ నో.5, ముద్రాను-2.

ఉల్లాసముగానుండురు

మమ్మ  
మందుడు!



నాల్గవ  
పుండు

మమగూ మందుడు; స్వామి మమ  
మమ, కరీరమంచలను దార్శిన్య  
మమ అనుకూలమయింది

పాపా కల్లానముగా ఉండురు.  
 పుణ్య పుండుడు: సున్నితమైన  
 పాపా దాస్యం బాల్కన్ హిర  
 గా అభ్యుదయించి, దాని హిర  
 మృదువుగా నుండి మీ శరీర  
 పై పాపహరించుడు.

**హార్మిస్**  
టాలమ్ పేడర్  
హారముగా సుఖమునిచ్చు పరిమళము.

వారి వ్యాధి పరిమళ ద్రవ్యములలో ముఖమునకు ఉపయోగించుట  
చేత కలిరహసులను పెంచునుగాక తగ్గయుండెడిది. సర్వోత్తముగా  
ప్రయోజనంబైన శ్రీమ. హృదయంబు గలవు.



ఆర్థిక సంస్థ-రణలను త్వరితపర్చడానికి  
సౌకర్యం: పరిశీలక సంఘ నుముఖత

అందువల్ల, అలా నివారించు చర్యలు

100

శాసనము, సుబ్రహ్మణ్యం లు మా ద  
కు న్నాదు. (వ్యూ. ని.)

39

వి. త. రి. వ్య. వై. వ. రి. - వి. రి.

३५५३

MVM 217-X78 TL A



వంటకు వాడుటకు  
ఏ క్రొవ్వపదార్థము  
మంచిదో మా ఆయన  
నాకు నేర్పాడు...





క్రొవ్వకు కాంతు గలదట కాం కడ్డముగా నున్నది. ఎండుకేసంకర రరంకయు మిక్కిలి ఎత్తువగా నున్నది. అయితే రాచిదియో మిక్కిలి తక్కువగా నున్నది. అందుచే ఎక్కడక్కడ మిగల్గుగంట అక్కడక్కడ మిగల్గురాచి మాన్తూంటాను. మొన్న మా ఆయన ఈలా అన్నారు: "నేను ఈవాణ్ ఇంటి పాచామను కొనుక్కొని వస్తాను." నేను నరే అన్నాను. ఆయన ఇద్దరునుండి ఒక 10 పానుల రాద్ధా వనస్పతి కౌనుక్కొని వచ్చుటను తూడగానే నాకు కొంచెము వచ్చింది.

నేను కబ్బు ఎక్కువ అప్పుకాంతంబుండేదంటూ మాత్రం నెలనెలవేరిన కబ్బాలో నుండు క్రొవ్వపదార్థమును కొనుక్కొని వచ్చేదాన్ని. మిక్కిలి ఎక్కువ అనుభవమున్నట్లు దానిచేయి మా ఆయన ఒకేసారి 10 పానుల రాద్ధా వనస్పతి కౌనుక్కొని తెచ్చాడు.

అయితే ఆయన చేసింది నరిమే. ఆయన ఈలా అన్నాడు: "మనకు ప్రపంచ ములో అన్నిటికంటే ముఖ్యమైన దేమిటంటే మన ఏర్పరి ఆరోగ్యమును అది త్రాగక తోకాచాడంటే. మారత తయరైన కబ్బాలో అప్పుడినచో మిక్కిలి తగ్గివెనుంటుంటే, తగ్గవెనుంటుంటేయైన క్రొవ్వపదార్థములకుకాక తగ్గి జీయటవచ్చును. మరియు అది మరిమమతోగూడిన రేతులతో ముట్టుకొన బడుటవలననే లేక ఈగలవలననే చెడిపోయి యాండును ఈ ప్రమాదములు బాంబుల నుండుటకై మిక్కిలి సురక్షితమైన మార్మేదరకే నిలువేయుటవలన కబ్బాలో నుండు క్రొవ్వపదార్థమును కొనుటయే అప్పుడు శ్రమముచూపాదానికి దొరకరే."

ఎన్నో క్రొవ్వపదార్థములున్నాయి. రాద్ధా వనస్పతి మాత్రమే కొనడానికి కారణమేమని నేను అడుగగా దానికి ఆయనవద్ద జవాబు విడ్డముగా వుండినది. "రాద్ధా వనస్పతి కయారుచేయుట దాని 20 సంవత్సరముల పైనుండి కయారుచేయుటన్నాడు. దానిలో కయారుచేయుట వాడండు కబ్బానుంట్టియు పరీక్షచేయుట అత్యుత్తమమైనవిగా నుండును. రాద్ధా వనస్పతిలో ఇప్పుడు విటమినులు ఏ, డి కూడయున్నవి. అది 10 పానులు, 5 పానులు, 2 పానులు మరియు 1 పాను కబ్బాలో అమ్మబడును. ఈ కబ్బాని గారికొక వాడుకు వీలులేకుండా వీలులేయబడియుండును. మరియు అది ఎల్లప్పుడు కడ్డముగాను, క్రొత్తగాను మండును, అది అన్నివిధ వంటలకు దివ్యమైనది." "మనము టుటంచేవాటివంటలకి శాస్త్రరకే ఎన్నుకోవాలిగా" అని ఆయన ముగించాడు.

ఎంక నిజమే! అప్పుటినుండి వీలులేయబడిన కబ్బాలోనుండు రాద్ధా వనస్పతి మాత్రమే నేను కొనుచున్నాను. మీరుకూడ అలాగననే చేయండి:

మీ ప్రతిదిన ఆహారములో  
క్రొవ్వ పదార్థముం దా :  
ఉంది సంవత్సరం ఈవే క్రింది ఆర్థమును  
ప్రాందుండి:  
ది రాద్ధా అల్ పై నరే నరీవ.   
సోవ్దరాక్స్ సంఘ 355 కొంబాం 1



దెబ్బతోనున్న కబ్బాని మారండి

# దాల్డా వనస్పతి

వంటకు దివ్యమైనది - ఇప్పుడు తక్కువ

KVM, 817-K28 TL 4